



Community Health Plan
LOS ANGELES COUNTY



ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆ ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐԻՑ

Դամոզվեք, որ ձեր երեխաները
անվտանգ են խաղում

Որևէ
երեխայի
պետք է
հետևել
խաղալու
ժամանակ,
անգամ
խաղահրապա
րակում:

Կանոններ ծնողների համար

- ▶ Մեծահասակները պետք է հետևեն երեխաների խաղերին:
- ▶ Շնորհելու և բարձր տեղեր բարձրանալու պատճառով կարող են վնասվածքներ առաջանալ: Դամոզված ենք, որ խաղային շինվածքները լավ վիճակում են և ամրացված են գետնին:
- ▶ Փնտրեք խաղահրապարակ անվտանգ, փափուկ հատակով, որպեսզի երեխան ընկնելուց փափուկ վայր իշտի:
- ▶ Դետևեք, որ խաղահրապարակում չկան ապակու կտորներ, ասեղներև կորած ընտանի կենդանիներ:
- ▶ Խաղալուց հետո հետևեք, որպեսզի երեխաները լվանան ձեռքերը՝ վարակից գերծ մնալու համար:

Երեխաներին պետք է հաջոնել խաղերի համար հարմար հագուստ

- Դամոզվեք, որ ձեր երեխաները հարմար հագուստներ և պարագաներ են կրում խաղալու ժամանակ: Նրանք պետք է կրեն՝
- ▶ Սպորտի համար նախատեսված պարագաներ (սաղավարտ, արմնկակալներ, ընկների կամ սրունքների ամրակալներ, հագուստ)
 - ▶ Չսայթաքող կոշկեղեն
 - ▶ Դագուստ, որը նրանց չի խեղդի, եթե ընկնեն
 - ▶ Արևապաշտպանիչ կրեմ և բաց գույների հագուստ

Կանոններ երեխաների համար

- Օգտագործեք պարագաներ, որոնք համապատասխանում են ձեր երեխայի տարիքին: Սովորեցրեք երեխաներին բռնվել բռնակներից վեր բարձրանալիս:
- ▶ Մի թռեք շարժվող ճոճանակից:
 - ▶ Յուլաքանչյուր երեխա պետք է օգտվի մեկ ճոճանակից:
 - ▶ Մի խոսեք անձանոթների հետ:
 - ▶ Մի վերցրեք ոչինչ անձանոթներից, ներառյալ ուտելիք:
 - ▶ Զուր խմեք:
 - ▶ Օգտագործեք արևապաշտպանիչ կրեմ:
 - ▶ Մի խաղացեք մթության մեջ:
 - ▶ Լվացեք ձեր ձեռքերը խաղալուց հետո և երբ տուն եք վերադառնում:

Ավագարկոյի անվտանգությունը

Խուսափեք հանրային ավագարկոյերից: Դրանք շատ մաքուր չեն:

Զգուշացեք հատակին թափված ավագից: Երեխաները կարող են սայթաքել դրա վրա և վայր ընկնել: Եթե երեխայի աչքերի մեջ ավագ լցվի, լվացեք նրա աչքերը սառը ջրով:

Տվյալ երեխաներին խաղալիքներ, որոնք մեծ են կուլ տալու համար: Անընդհատ հետևեք երեխաներին ավագարկոյերում:

Թույլ մի տվյալ, որպեսզի ընկնելը կամ հարվածը փչացնեն ձեր երեխայի զվարճանքը: Սովորեցրեք նրանց գգույշ խաղալ և անընդհատ հետևեք նրանց՝ ուղղակի ապահովության համար: Դուք հանգիստ կլինեք, իսկ նրանք տուն կվերադառնան ժամանակահատվածում: